



健康专刊



B03

齐鲁晚报

2021年3月12日
星期五

关
注
健
康
生
活

宁津县中医院解决医疗、护理“最后一公里”难题

“医护到家”成立100天，成功服务339单

作为全市首家开创“互联网+医疗服务”新模式的宁津县中医院，3月10日“医护到家”成立100天，该院公布了服务数据，3个多月的时间里完成339个订单，“线上预约、线下上门”的服务模式逐渐被全县人民认可。

2020年12月1日，“医护到家”启动仪式在宁津县中医院举行，该院借助网络平台为广大市民提供“线上预约、线下上门”的延续服务。12月3日，首单“医护到家”服务预约并顺利完成，医护人员来到刘营伍乡老君堂村，为长期卧床的老人顺利更换胃管。

三个月的时间，从首单到如今的339单，“医护到家”服务模式已经逐渐被全县人民认可，订

单量也呈“井喷式”递增！

据了解，在“医护到家”上门服务的10类项目订单中，康复治疗数量最多，占23.37%。排名前十的疾病为康复治疗、普通换药、普通伤口拆线、PICC维护、静脉采血、更换胃管及鼻饲、女病人更换尿管、压疮护理、更换膀胱造瘘管、CVC换药。

对于医护上门服务，用户五星好评达100%，这说明医护人员在上门服务过程中，赢得了用户的认可。而这得益于“医护到家”上门服务的十步标准，比如医护人员统一着装、入户自备鞋套和垃圾袋、与病人沟通询问需要服务内容、了解患者病史，根据服务内容相应操

作。目前宁津县中医院“医护到家”平台注册医护为77人，全部为工作经历5年以上，有丰富临床经验的科室骨干人员。

截至目前，“医护到家”可提供服务涵盖内、外、妇、儿、急诊、康复等6个方面的专业护理，其中抢单及业务量最多的护士所在科室前三的是：康复科、骨伤科、ICU。

宁津县中医院“医护到家”的宗旨是为全县身患疾病且行动不便的特殊人群提供的居家护理服务，目前已经成功服务339单，服务范围涵盖县城和各个乡镇、医护人员总行程1万多公里，解决了医疗、护理“最后一公里”的难题。（张涛）

德州市中医院

专家支招春季养生 养肝牢记“五个一”

春季是养肝的黄金时间，而肝是五脏之首，是最大的内脏器官，承担着最重要的解毒功能，肝脏不好的人，在春天一定要多加呵护。德州市中医院脾胃病科主任、主任医师李勇为养肝支招。

生活中哪些行为会伤肝呢？饮酒，任何程度的饮酒对肝细胞都有损害，如果长期大量饮酒，容易导致酒精性肝炎、酒精性脂肪肝，甚至酒精性肝硬化。滥用药物也是肝脏的一大“杀手”，吃进去的药物、保健品，首先损伤的是肝脏。此外，长期熬夜会导致内分泌功能紊乱、免疫功能下降，对肝脏也是损害。暴饮暴食及饮食不规律，也会导致肝脏损伤。

肝经从头到脚贯穿人体，若肝脏的状态不好，对全身都有影响。“春季养肝牢记‘五个一’原则。”李勇说。第一，每天最好排便一次。排便是人体排毒的重要方式，长时间不排便，有毒有害物质在体内堆积，就会增加肝脏的代谢负担。第二，保持一份好心情。如果心里总是不痛快，就会让肝气横逆，肝火旺盛，肝脏损伤的速度加快，所以经常微笑，可疏肝郁，养护肝脏。第三，拥有一份好睡眠。只有在睡觉的时候，肝细胞能更好地修复，也有更多的血液流经肝脏，起到养肝护肝的作用。晚上11点之前要入睡，此时是肝经活跃的时候，有利于肝脏健康。第四，每天做一个养肝动作。从脚背处，向脚趾的方向推，用点力气，每只脚各50遍，经常推一推，可舒经活络，通肝气。第五，安排一段闭目养神的时间。很多人整天面对电脑和手机，长时间会出现眼睛干涩、视物不清等，而且久视伤肝，肝通目，每天给自己一段闭目养神的时间，可以缓解肝脏疲劳，促进肝脏造血，也能缓解眼睛的不舒服。

此外，肝不好的人应少吃3类食物，长时间储存的食物、不熟的食物以及防腐剂多的食物。“人们可以多吃点绿色蔬菜，多喝水，多吃一些蜂蜜、枣、山药等自然口感偏甜的食物。”李勇说。（李婷）

中石化德州公司 联合德州交投集团 举办篮球友谊赛



2021年3月11日下午，中国石化德州石油分公司联合德州市交通运输投资发展集团举办了篮球友谊赛活动。此次比赛坚持“以球会友，促进交流”的宗旨，为各单位职工呈现一场精彩绝伦的篮球赛。（涂婷）

中石化德州公司 举行“三八妇女节”活动



阳春三月，春意盎然。“三八”国际妇女节，为让全体女职工度过一个充实、愉快、富有意义的节日，公司工会组织员工观看影片《你好！李焕英》，这部凸显出朴素的人性之美。这种人性之美，体现在女儿与妈妈之间那种血浓于水的感情上，同时也彰显了公司对女性同志的关爱和情怀。（涂婷）

不忘家乡恩，回报桑梓情！

德广医院院长辛松峰设宴感恩家乡人民

3月8日，德州市德广医院院长辛松峰博士盛邀宁津县保店镇40余位乡邻到院相聚，并设宴招待。66岁的辛松峰与阔别40余年的老乡们再次相见，感慨万千，他感恩家乡的培育和挂牵，并立志将德广医院做大做强，办出中西医结合特色，服务家乡人民。

辛松峰1956年生于宁津县保店镇东迟村，从小勤奋好学的他受到乡邻的好评，高中时期随父到石家庄求学，1978年之后再难得机会回家探望。

“欢笑声如旧，萧疏鬓已斑。”一别几十年，儿时一起读书、游戏的伙伴，一起劳动的乡亲均斑白了头发，已改变当年模样。

“老乡见老乡，两眼泪汪汪。”见到同根故土人，辛松峰与乡邻们握着双手，拍着肩膀，一边攀谈寒暄，一边回忆从前，眼含热泪谈家常，手握温暖说未来……

宁津县保店镇的东迟村与中迟村、西迟村相邻，统称为“三迟”，这里民风

淳朴，村民来往密切，亲如一家人。辛松峰在致欢迎辞时回忆道，儿时月夜下玩“藏瞎儿”（捉迷藏）游戏，经常就从自家的东迟村跑到中迟村、西迟村追逐藏匿，所以与村民们都很熟悉。他还回忆起与大家一起下生产队挣工分的生活，还有拔草放羊、砌圈养猪的日子，还能提起一件印象深刻的旧事。辛松峰立志将德广医院做大做强，用自己的毕生所学回馈家乡，而此次邀请东迟村、中迟村和西迟村的乡邻们相聚便是他感恩行动的开始。讲话间，辛松峰将家乡人的感情越拉越近，让家乡人的心里格外温暖，现场响起阵阵掌声……

辛松峰高中时期随父到石家庄求学后，考入了山东中医学院（现山东中医药大学），留校任教数年后，又于1987年在北京中医学院（现北京中医药大学）硕士研究生毕业。1991年赴日本留学并被IOND医科大学授予医学博士。在日本，他不仅凭借医学知识使众

多难病患者康复，还研发出了纯中药成分的养生保健产品“甦液”，风靡日本名流人群。虽然常年居住日本，但辛松峰始终不忘祖国，不忘家乡。2013年初，他在德州投资创业，创办松峰中医诊所，2019年10月建设为德广医院。

听了辛松峰博士的一番心里话，在场乡邻们分外感动，东迟村委会迟恩来作为三村代表致辞，他感谢辛松峰提供的将大家团结一起的机会，并希望村民们团结一心，一起克难，同享幸福。随后，村民代表为辛松峰送上“业界泰斗 家乡荣耀”的锦旗。合影后，辛松峰带乡邻们参观了德广医院，随后与大家设宴欢庆，共享团圆。

据介绍，德广医院设有中医科、内科、外科、妇科、预防保健科、影像科、检验科等20余个科室，中医科是该院特色专科，辛松峰院长亲自诊疗，主治各种癌症、糖障（糖尿病）、心脑血管病和呼吸系统疾病等大病难病。（徐良）

德州市第二人民医院巧手执刀重塑美丽乳房

日前，德州市第二人民医院乳腺二科医疗团队成功独立为一名乳腺癌患者实施了带蒂腹直肌肌皮瓣自体组织乳房再造术，在治疗乳腺癌的同时保持了乳房外形，还起到塑腰作用。

患者王女士，35岁，2020年9月份无意中摸到左侧腋窝肿物，慕名到德州市第二人民医院乳腺二科王宝珏主任门诊，王宝珏细心的解答解除了王女士对疾病的恐惧，住院完善相关检查及检验后，经乳腺及腋窝肿物穿刺活检明确了乳腺癌疾病诊断。王宝珏带领医疗团队行病例讨论，结合患者相关影像学资料，考虑患者腋窝淋巴结明显肿大，依据乳腺癌诊疗规范，建议患者行术前新辅助治疗，治疗过程中密切观察治疗反应及疗效评价。

经过半年的新辅助治疗，乳房及腋窝肿物已基本消失，

考虑患者较年轻，传统的乳腺改良根治术创伤较大，且术后乳腺缺如，易使患者术后不自信，心理压力加大，给工作、生活、家庭等各方面带来不利影响。结合患者乳房轻度下垂、腹部脂肪少量堆积的状况，王宝珏带领医疗团队进行精细的术前病例讨论及手术设计，为其选择了保留乳头乳晕的乳腺腺皮下腺体切除术+腋窝淋巴结清扫术+腹直肌肌皮瓣转移术。手术过程顺利，患者术后在乳腺二科护理团队的精心护理及指导下恢复得非常顺利。王女士说：“太神奇了，切除的乳房竟然还可以用其他地方的肉来填充，这下不仅乳房留住了，大肚腩也平坦了。”

王宝珏作为德州首批中青年专家曾在天津市肿瘤医院乳房再造科进修学习一年，参与百

余台乳房再造手术，回到自己的工作岗位上，王宝珏带领团队先后到济南、潍坊、青岛、北京等多家医院开展学习交流，先后派出范杰后、潘法雷、麻森等多名医护人员前往天津市肿瘤医院乳房再造科学习先进的整形理念、医疗技术及护理措施，科室每周组织开展乳房相关手术技术的业务学习、网络会议。目前德州市第二人民医院乳腺二科拥有成熟的乳房再造技术、专业的医疗团队及经验丰富的护理团队，具有扎实的专业理论和丰富的临床经验，对手术的适应症及手术操作具有相对精确的把握能力。

德州市第二人民医院乳腺二科门诊时间：王宝珏（周二、五全天），范杰后（周天全天）。预约电话：0534-2488259。（张月华）

编辑：徐良

美编：赵秋红